



**ASOCIACIÓN AMERICANA DE SUICIDIOLOGÍA**  
**Dedicada al Entendimiento y Prevención de Suicidio**

## Signos de Advertencia

## Mensajes Importantes

**¿Está Ud. o alguien a quien ama a riesgo de suicidarse? Aquí están los hechos y tome acción apropiada.**

**Consiga ayuda inmediatamente llamando a un profesional de salud mental o llame 1-800-273-8255 para referencias en caso de ser testigo, oír, ver a alguien que exhiba una o más de las siguientes características:**

- Alguien está amenazando de herirse o matarse, o hablando de querer herirse o matarse.
- Alguien que busca medios para matarse tratando de conseguir armas de fuego, píldoras disponibles, u otros medios.
- Alguien está hablando o escribiendo sobre la muerte, morir o suicidarse, cuando estas acciones están fuera de lo ordinario para esta persona.

**Busque ayuda tan pronto que le sea posible, póngase en contacto con un profesional de salud mental o llame al 1-800-273-8255 para una referencia si en caso Ud. es testigo, oye, o ve a alguien a quien conoce está contemplando uno o más de las siguientes cosas:**

- Sin esperanza
- Furor, cólera incontrolable, buscando venganza
- Actuando peligrosamente, o metido en actividad de riesgo, aparentemente sin pensar
- Sentirse atrapado - como si no hubiera una solución
- Aumento del uso del alcohol o drogas
- Retirarse de la familia, amigos y la sociedad
- Ansiedad, agitación, no poder dormir o dormir todo el tiempo
- Cambios bruscos de humor
- No hay motivo de vivir; no hay sentido de un propósito

*Sociedad Americana de Suicidología  
5221 Wisconsin Avenue, NW  
Second Floor  
Washington, DC 20015  
Tel.: (202) 237-2280  
Telefax: (202) 237-2282  
Email: [info@suicidology.org](mailto:info@suicidology.org)*